Get the Facts
www.uvahealth.com

University of Virginia Children's Hospital

Dental Hygiene for Children

Dental decay or cavities are the most common chronic disease in children. These chronic diseases affect 50 percent of children by middle childhood and 70 percent by late adolescence according to the American Dental Hygienist Association. Leaving cavities and other mouth diseases untreated can lead to other problems with eating, speaking, playing and learning. But cavities and other oral diseases are preventable.

Tips for healthy teeth and gums

- Before your child's first teeth appear, clean your child's gums with a damp washcloth or gauze after each feeding to remove any food particles and stimulate gum tissue.
- When you child's first tooth appears, start to brush with a soft-bristle toothbrush with a pea-sized amount of fluoridated toothpaste. A small amount of fluoridated toothpaste helps prevent tooth decay.
- At age 2 or 3, you can begin teaching your child the proper way to brush their teeth. You should monitor your child while they brush their teeth until age 7 or 8.
- Begin scheduling regular oral health appointments around your child's first birthday or six months after their first tooth appears.
- Determine if your water supply contains fluoride. If not, discuss possible fluoride supplement options with your dental hygienist.
- Encourage your child to eat healthy, nutritious meals and avoid snacking between meals.

How can UVA help?

At UVA Children's Hospital, caring for children is our specialty. We have more than 500 healthcare professionals dedicated to treating children in an environment specially designed for kids and their families. UVA Children's Hospital encompasses a pediatric emergency department, a state-of-the-art Newborn Intensive Care Unit, an intensive-care unit, acute-care facilities, the Kluge Children's Rehabilitation Center and an extensive network of primary and specialty care clinicians.

Our goal is to get kids back to being kids.

For more information, please call 434.924.1648.

Portions of this fact sheet were adapted from: *The American Dental Hygienist Association: Child Oral Health* (www.adha.org/oralhealth/child.htm) and *The Centers of Disease Control and Prevention: Children's Oral Health* (www.cdc.gov/Oralhealth/topics/child.htm).

Infórmese
www.uvahealth.com

Higiene dental infantil

La caries dentaria es la enfermedad crónica más común en niños. Esta enfermedad crónica afecta al 50% de los niños a mediados de la infancia y al 70% de los adolescentes a fines de la adolescencia, según la Asociación Estadounidense de Higienistas Dentales. Dejar sin tratar la caries y otras enfermedades de la boca puede llevar a otros problemas con la alimentación, el habla, el juego y el aprendizaje. Pero la caries y otras enfermedades orales pueden prevenirse.

Consejos para dientes y encías sanos

- Antes de que a su niño le aparezcan los primeros dientes, límpiele las encías con una toallita o gasa húmeda después de cada alimentación para quitar cualquier partícula de comida y estimular el tejido de la encía.
- Cuando le salga el primer diente, empiece a cepillar con un cepillo de dientes de cerdas suaves y una cantidad pequeña (del tamaño de una arveja) de pasta dentífrica fluorada. Una cantidad pequeña de pasta dentífrica fluorada ayuda a prevenir la caries dentaria.
- Cuando su niño tenga 2 ó 3 años de edad, puede empezar a enseñarle la manera correcta de cepillarse los dientes. Hasta los 7 u 8 años debe supervisarlo cuando se cepille los dientes.
- Cuando su niño cumpla un año, o seis meses después de que le salga el primer diente, empiece a hacer citas regulares de salud oral.
- Averigüe si su suministro de agua contiene fluoruro. De no ser así, hable sobre las posibles alternativas de suplemento de fluoruro con su higienista dental.
- Aliente a su niño a comer comidas saludables y nutritivas y a evitar comer bocadillos entre comidas.

¿Cómo puede ayudar la UVa?

En UVA Children's Hospital (Hospital de Niños de la UVA), cuidar a los niños es nuestra especialidad. Contamos con más de 500 profesionales de cuidado de la salud dedicados a tratar a los niños en un ambiente especialmente diseñado para ellos y sus familias. UVa Children's Hospital tiene un Departamento de Emergencias Pediátricas, una Unidad Neonatal de Cuidados Intensivos con tecnología de vanguardia, una Unidad de Cuidados Intensivos, instalaciones para cuidados agudos, el Kluge Children's Rehabilitation Center (Centro Kluge de Rehabilitación Infantil) y una amplia red de médicos de atención primaria y especialistas.

Nuestro objetivo es ayudar a que los niños vuelvan a ser niños.

Para más información, por favor llame al 434.924.1648

Partes de este informe fueron adaptadas de: *The American Dental Hygienist Association: Child Oral Health* (www.adha.org/oralhealth/child.htm), y de *Children's Oral Health* (www.cdc.gov/Oralhealth/topics/child.htm) de los Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades.